

# ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ



средства



# средства



Средства  
физического

воспитания

Физические  
упражнения

Гигиенические  
факторы

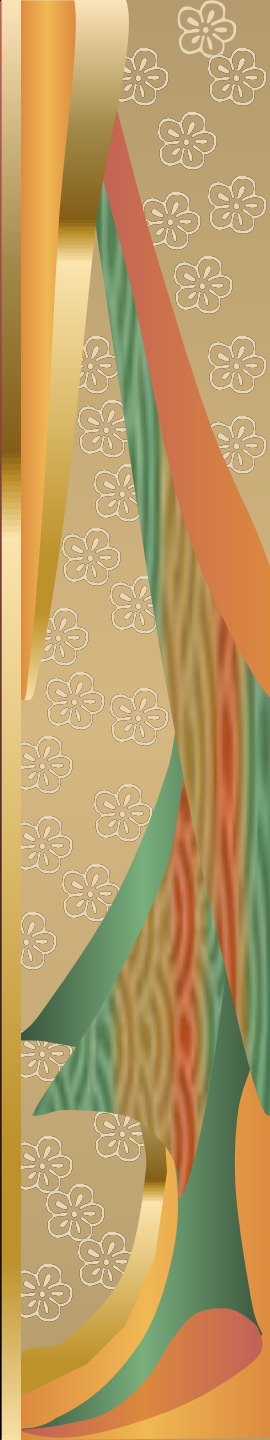
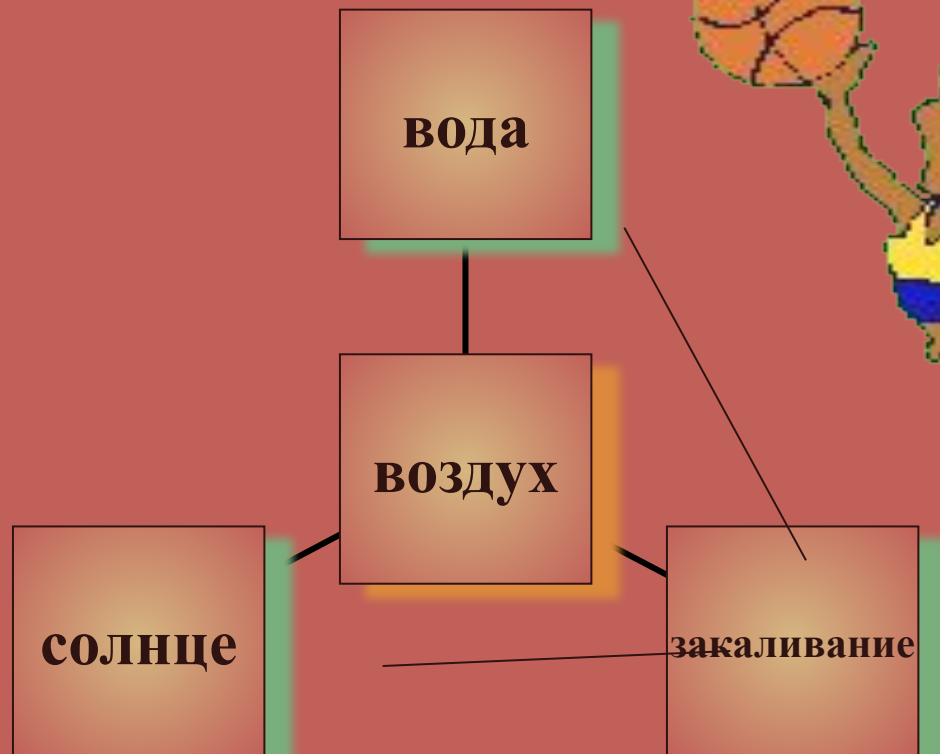
Естественные  
силы природы

# Гигиенические факторы

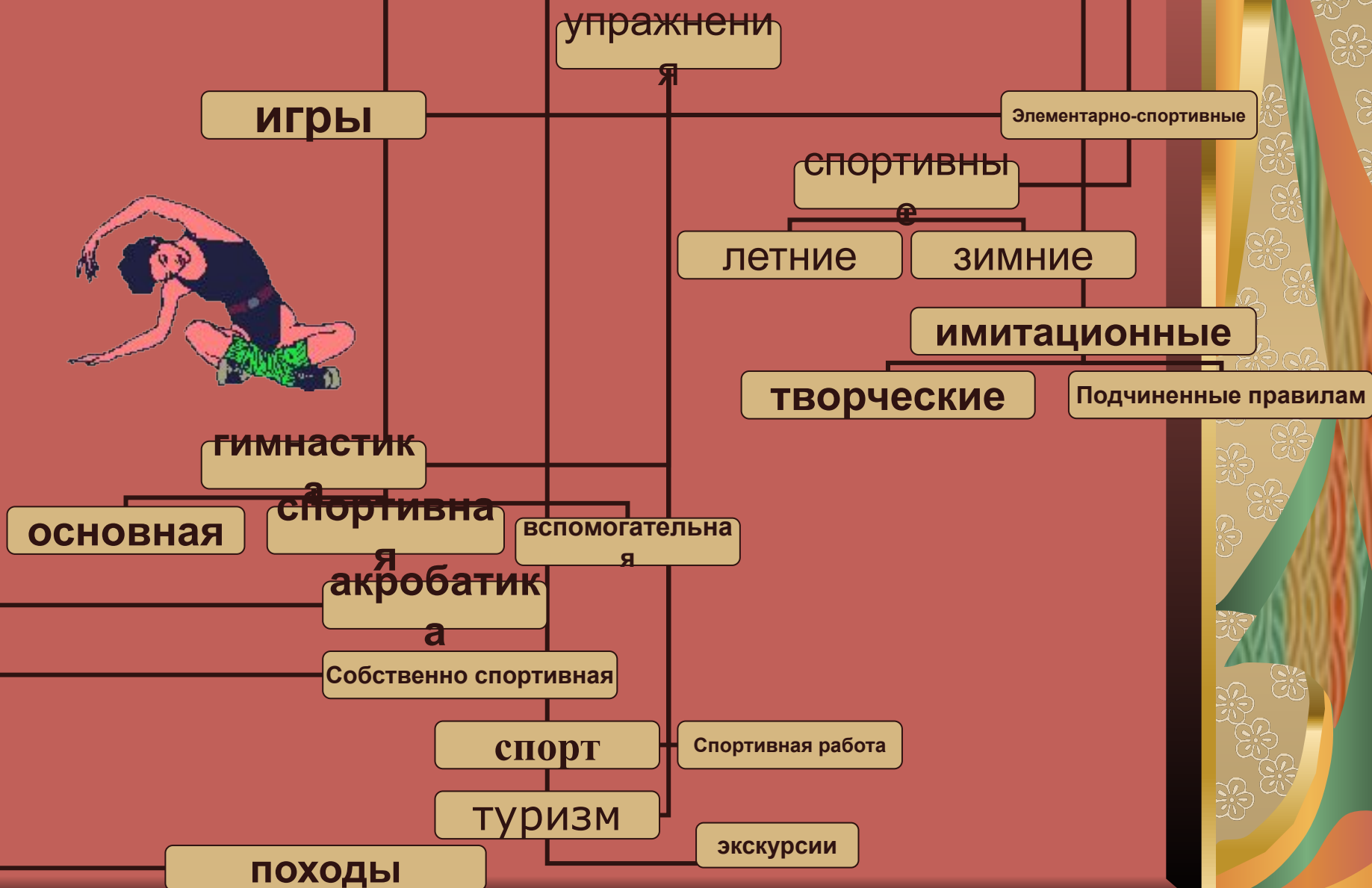


# Естественные силы природы

## природы



# Классификация физических упражнений



# ГИМНАСТИКА

- Основная- основные виды движений
- Спортивная –собственно-спортивная и акробатика
- Вспомогательная :
- спортивно-вспомогательная,
- производственная,
- профессионально-прикладная,
- школьная вспомогательная,
- лечебная



# Игры



- Имитационные:
- творческие,
- обусловленные правилами
- Элементарно – спортивные:
- командно-ролевые,
- переходные к командным,
- командные
- Спортивные: баскетбол, волейбол, гандбол, футбол, хоккей и другие

# спорт

- Собственно спортивная деятельность
- Организация спортивной деятельности





# туризм

- Прогулки
- Экскурсии
- Туристские походы:
- подготовительные,
- собственно туристские,
- агитационно-массовые



# Классификация форм занятий

- Формы занятий :
- урочные(по направленности):
- уроки ОФП,
- спортивно-тренировочные,
- методические,
- лечебные
- неурочные(по методам организации занимающихся):
- групповые и массовые,
- индивидуальные



# Групповые и массовые

В режиме учебного дня В свободное время

- Гимнастика до учебных занятий,
  - вводная гимнастика,
  - физкультурные минутки и паузы,
  - подвижные перемены,
  - час активного отдыха в режиме ГПД
- Массовые игры,
  - соревнования,
  - выступления,
  - экскурсии,
  - походы,
  - прогулки,
  - другие



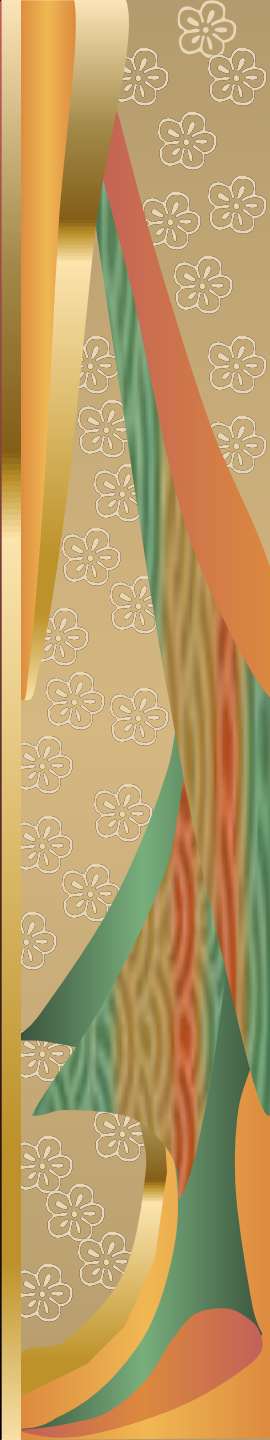
# Виды и типы уроков

## • **Виды** (по педагогическим задачам):

- вводные,
- повторения,
- изучения нового материала,
- контрольные(зачетные),
- Комбинированные

## • **Типы** (по видам упражнений):

- гимнастики,
- легкой атлетики,
- спортивных игр,
- ОФП,
- подвижных игр,
- плавания,
- другие



# МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ



**МЕТОДЫ  
СЛОВА**

**РАССКАЗ  
ОПИСАНИЕ**

**ОБЪЯСНЕНИЕ,  
БЕСЕДА,  
РАЗБОР**

**УКАЗАНИЕ,  
КОМАНДА,  
ОЦЕНКА,  
ПОДСЧЕТ,  
ПРИКАЗАНИЕ**



# МЕТОДЫ НАГЛЯДНОСТИ

- ПОКАЗ
  - КИНОДЕМОНСТРАЦИЯ,
  - ВИДИОДЕМОНСТРАЦИЯ
  - ПОКАЗ СХЕМ,
  - ДИАГРАММ,
  - МОДЕЛЕЙ,
  - другие
- РИСОВАНИЕ
  - НА ДОСКЕ
  - НА МУЛЬТИМЕДИЙНЫХ ПРИСПОСОБЛЕНИЯ
  - КОМПЬЮТЕРНОЕ РИСОВАНИЕ,
  - МАКЕТЫ ПЛОЩАДОК, СПОРТИВНЫХ ЗАЛОВ
  - ДРУГИЕ



# ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ

- ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ,
- УТРЕННЯЯ ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА,
- ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА,
- АКТИВНЫЙ ОТДЫХ



# Формирование умений и навыков

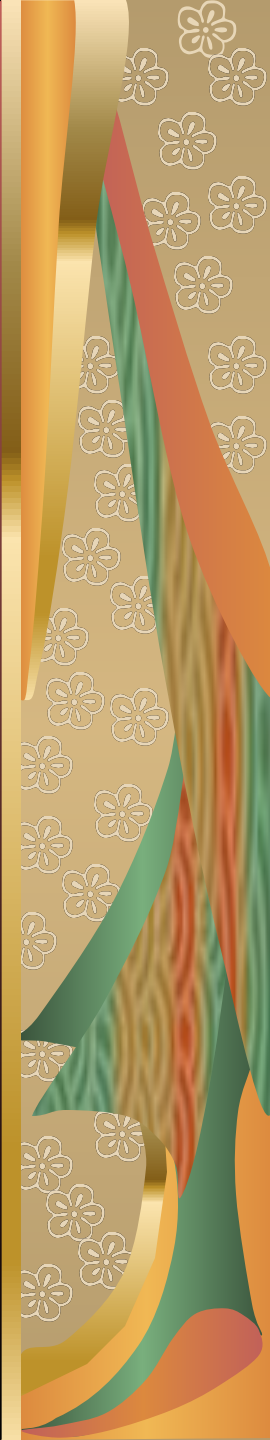


ОСНОВНЫЕ

Целостное упражнение:  
упрощенное  
в деталях;  
с временным  
избирательным  
выполнением  
отдельных частей

Расчлененное упражнение:  
по частям,  
с последующим  
объединением  
в целостное

Целостно-  
расчлененное  
упражнение





# МЕТОДЫ УПРАЖНЕНИЯ (ПРАКТИЧЕСКИЕ)

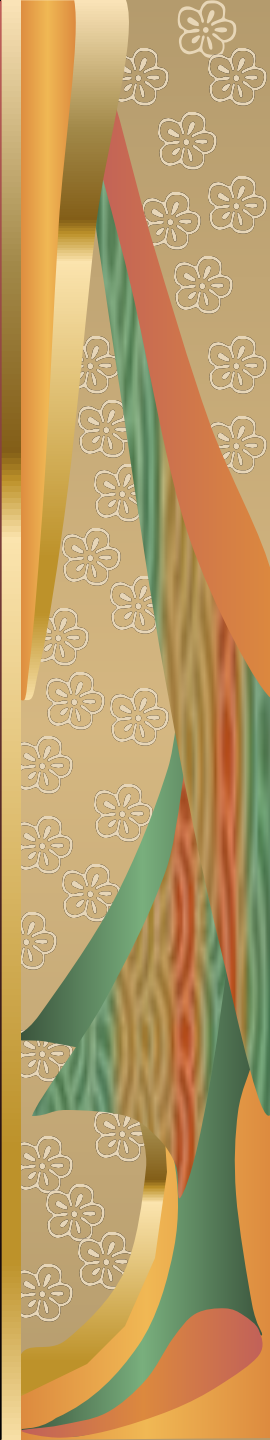
преимущес  
Упражнения  
для  
формиров  
ания  
умений и  
навыков

Упражнения  
преимущес  
твенно  
для  
воспитани  
я  
Физически  
х качеств

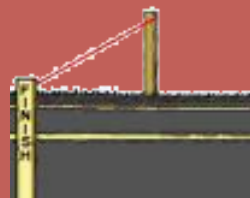
Основные,  
вспомогат  
ельные



**УОЦЕУВАЦ**



# Формирование двигательных качеств



# ФОРМИРОВАНИЕ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ



**ВСПОМОГАТЕЛ**  
**Ь-**  
**НЫЕ**



ПОДВОДЯЩИЕ,  
С УПРОЩЕНИЕМ И  
ОБЛЕГЧЕНИЕМ  
УСЛОВИЙ,  
ВЫПОЛНЕНИЕ  
ДЕЙСТВИЙ В  
СОРЕВНОВА-  
ТЕЛЬНЫХ  
УСЛОВИЯХ

С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ  
ПРЕДМЕТНЫХ  
ОРИЕНТИРОВ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ  
ЗВУКОВХ  
И СЕТОВЫХ  
ЛИДЕРОВ,  
СОЧЕТАНИЕ С РАНЕЕ  
ИЗУЧЕННЫМИ  
ДВИЖЕНИЯМИ